LECZENIE DOMOWE.

XV.

SKROFUŁY

(ZOŁZY)

PRZYCZYNY, ZAPOBIEGANIE I LECZENIE.

PORADNIK DLA WSZYSTKICH

NAPISAŁ

Dr. P. Niemeyer.

Tłómaczył

Dr. J. St.

WARSZAWA.

NAKŁAD MAURYCEGO ORGELBRANDA.

1889.

LECZENIE DOMOWE.

XV.

SKROFUŁY

(ZOŁZY).

PRZYCZYNY, ZAPOBIEGANIE I LECZENIE.

Poradnik dla wszystkich

Napisał

Dr. P. Niemeyer.

Tłómaczył

dr. J. St.

WARSZAWA.

NAKŁAD MAURYCEGO ORGELBRANDA.

1889.

Дозволено Цензурою.

Варшава, 23 Апрѣля 1889 года.

Warszawa. — Druk S. Orgelbranda Synów, Krakow.-Przedm. № 66.

WSTĘP.

Dziś nie potrzeba już, dzięki rozpowszechnieniu się książek popularnych medycznych a także skutkiem traktowania w pismach peryodycznych o tym przedmiocie, obznajamiać czytelnika ze znaczeniem i doniosłością hygieny. Dziś na choroby zaraźliwe nikt nie patrzy, jak to w starożytności i wiekach średnich było, jako na plagę, zesłaną z nieba, dziś człowiek, choć cokolwiek obeznany z tym przedmiotem i zastanawiający się nad przyczynami takich chorób, jak np. cholera i tyfus, wie doskonale, że one w większej części od nas samych zależą. Sami bowiem, skutkiem niedbałości, wyhodowywamy sobie w mieszkaniach naszych zarazki i miazmata zaraźliwe, które przy sprzyjających okolicznościach wybuchają w postaci epidemii, jak wulkan podziemny. Kto się z tą teoryą zapoznał,

kto w nią uwierzył, nie będzie już dziś w praktyce całéj swéj usilności kierować dla wynalezienia środka przeciwko tym chorobom, lecz zastanowi się także nad tém, a z czasem i pierwszeństwo odda poszukiwaniom nad sposobami uniknienia epidemii i możności ograniczenia jéj. Trzymać się będzie w ten sposób uświęconego prawa: „usuń przyczynę, a usuniesz skutek“ (chorobę).

Dziś, wyznać przychodzi z pociechą, nietylko lekarze kierują się takiemi zasadami, ale i ogół zaczyna je pojmować i kierować się niemi, a wszakże tak jeszcze niedawno, bo zaledwie kilka dziesiątek lat, kiedy pierwsza cholera zjawiła się w Europie, wszyscy opuszczali ręce, uważając ją za złe nieuniknione.

Jeżeli wspomniałem o powyższych przesądach i ich szkodliwości, to uczyniłem to w téj myśli, że stosują się one nie tylko do chorób zaraźliwych; tak samo jak nie należy zadawać sobie pytania, „jaki jest środek na wyleczenie cholery“, lecz „jakie są sposoby nie dostania jéj“, tak samo nie należy pytać: „czém można wyleczyć skrofuły“, lecz „co robić, ażeby dzieci nie dostawały téj choroby?“.

Czytelnikowi, który przywykł patrzeć na skrofuły, jako na chorobę dziedziczną, albo jako zależną od tak zwanego usposobienia do niéj, wydadzą się powyższe słowa nieuzasadnionemi może,

jak również uderzy go to, że chorobę, postępującą niezmiernie wolno, chorobę chroniczną, zestawiłem z chorobami, mającemi nadzwyczaj bystry przebieg, t. j. ostremi. Właśnie zachodzący związek między temi dwoma rodzajami chorób będzie treścią niniejszego wstępu, który wyjaśni czytelnikowi wiele szczegółów hygienicznych, jeżeli zechce łaskawie wysłuchać mnie do końca.

Nietylko choroby epidemiczne (nagminne) sprawiają spustoszenia między ludnością i to ludnością, będącą w kwiecie wieku, cmentarze zaś nie tylko z ich powodu są przepełnione, każdy bowiem zajmujący się statystyką wie o tém aż nadto dobrze, że gdyby zdołano w zupełności wytępić takie choroby, jak: cholera, tyfus, szkarlatyna i ospa, to one nie wywarłyby bynajmniéj wpływu na średnią cyfrę śmiertelności.

Przeciętna cyfra śmiertelności, która obecnie przedstawia się jako 35, wyraża ze statystycznych danych, że przeciętnie, skutkiem rozlicznych chorób, pociągających za sobą śmiertelne zejścia, nie żyjemy dłużéj nad 35 lat. A trzeba wiedzieć, że w starożytności ludzie dożywali 80-u lat przeciętnie, jak to psalm 90 opiewa, a i dziś są narody dzikie, które prawdopodobnie tego wieku dożywają, gdy tymczasem my, narody ucywilizowane, skutkiem właśnie owéj cywilizacyi, staliśmy się

krótkowiecznymi i żyjemy krócéj o lat 45. Jeżeli przyjrzeć się bliżéj danym statystycznym, nie trudno dojrzéć, że główny procent śmiertelności dostarcza wiek dziecinny, t. j. do 5 lat. Przyzwyczailiśmy się już nawet tak dalece do tego, że wystarczają często słowa pociechy: „porzucił ten padoł płaczu, poszedł, zkąd przyszedł, tam mu będzie lepiéj“.

Dziecko rzadko bardzo przynosi z sobą na świat zarodek choroby, różnica cała polega na tém, że jedno rodzi się silniejszém a drugie słabszém; że dalszy rozwój spoczywa prawie wyłącznie w pielęgnowaniu i wychowywaniu napewno twierdzić można. Wszak Juliusz Caesar i Voltaire po urodzeniu okazywali zaledwie iskierkę życia a przecież wyrośli na dzielnych mężów zarówno pod względem cielesnym, jak i duchowym!

Chorobą, na którą dzieci nasze masami umierają, jest właśnie to charłactwo, które, jeżeli nie stało się w dziecinnych latach przyczyną śmierci, za to w późniejszych, między 15 a 25 rokiem życia jako charłactwo płucne zabiera liczne ofiary. Chociaż nie występuje ono nagminnie, jednakże, zupełnie tak samo, jak powyższe choroby epidemiczne, zasługuje na to, aby z nią od samego początku energicznie walczyć. Cała różnica polega na tém, że choroba ta nie zabiera na raz z jednego

ograniczonego miejsca dużo ofiar, lecz na wielkiéj przestrzeni bezustannie dziesiątkuje ludność. Charłactwo to, tak samo jak choroby epidemiczne, jest podtrzymywane pewnemi przyczynami, tam może one leżą już więcéj w warunkach atmosferycznych i tellurycznych, kiedy tu jest zło najczęściéj zależne od wadliwego wychowywania dzieci pod względem sanitarnym. Można twierdzić, że jeżeli jest tak wiele dzieci skrofulicznych, to dla tego że je robią skrofulicznemi.

W żadnéj innéj chorobie porównanie z ogrodnictwem nie jest może tak stosownêm, jak w omawianéj. Jeżeli przyjrzymy się w szkółce roślinom, to można zauważyć, że jedne z nich bardzo pięknie się rozwijają, gdy tymczasem drugie bardzo leniwo. Ogrodnik wie, jak postąpić, wysuwa bowiem słabsze na światło i powietrze, dostarcza im więcéj wody, skutkiem czego rośliny wkrótce dościgają w rozwoju swe towarzyszki.

Tak samo dzieje się z dziećmi. Nie rzadko spotkać można osobniki już podrastające z charlowatym wyglądem i bliznami na szyi. Dziecko takie zdaje się być złożone jedynie ze skóry i kości, gdy tymczasem oczy są świecące a rozum daleko nad wiek rozwinięty. Kiedyindziéj znowu dziecko jest jakby nalane, wargi ma bardzo grube i wyrośnięte, nos rozdęty a zdolności umysłowe nadzwyczaj przy-

tępione. Takie dzieci chorują najczęściéj skutkiem wadliwego wychowania, z czego zaś to jest najsmutniejsze, że wyrastają z nich zwykle ludzie, którzy przez dalszy ciąg życia również charłają.

Co należy rozumieć pod skrofułami?

Nauka jeszcze dokładnie nie określiła tego cierpienia, nawet pisownia tego wyrazu nie jest ustaloną, gdyż raz piszą scrophuły, drugi raz skrofuły. Będziemy się trzymali téj ostatniéj, a także polskiéj nomenklatury, która je ochrzciła mianem *zołzów* [1]).

Nazwa scrofulosis pochodzi od łacińskiego scrofa, co oznacza maciorę, gdyż człowiek chory na to cierpienie ma przypominać rysami twarzy to niechlujne stworzenie.

Zgodziłbym się prędzéj na podobieństwo do sposobu i ilości jedzenia między chorym na zołzy a tém zwiérzęciem, jak to zresztą zobaczymy poniżéj w rozdziale, zatytułowanym „przekarmienie".

Zresztą starożytni właściwie tém mianem nazwali zupełnie inną chorobę, mianowicie opuchnię-

---

[1]) Według słownika terminologii lekarskiéj polskiéj.

cie gruczołów szyjowych, którą dziś nazywamy *wole* (struma), gdyż należy przypuszczać, że oni zołzów wcale nie znali, że choroba ta jest skutkiem dzisiejszego naszego systemu wychowania dzieci, a czego dowodzi to, że Livingstone w całéj centralnéj Afryce, która jest większą od Europy, ani jednego skrofulicznego dziecka nie widział. Okoliczność, że w nowoodkrytych krajach pojawia się dopiero w miarę cywilizowania ich, potwierdza najdowodniéj nasze zapatrywanie.

Zołzy nie są chorobą pojedynczego organu lub tylko jego części, nie są chorobą gruczołów limfatycznych, chociaż one często obrzmiewają przy tém cierpieniu, lecz jest chorobą ustrojową, porażającą cały organizm skutkiem niewłaściwego odżywiania organizmu, czyli innemi słowy, jest cierpieniem dyskratycznem z umiejscowieniem się w pewnym organie lub nawet całym systemie, np. kostnym lub limfatycznym. Co prawda, nie zawsze można określić, które cierpienie zależne jest od tak zwanéj dyskrasyi, a które powstałoby i bez takowéj. Jest jednakże kilka form chorób, które charakteryzują się przebiegiem i leczeniem, tak, że je łatwo podciągnąć można pod kategoryą skrofulicznych i o nich właśnie w pracy niniejszéj mówić zamierzyliśmy.

Tu należą:

1. Krzywica (rhachitis), czyli choroba angielska.

2. Obrzęk gruczołów limfatycznych.
3. Zapalenie skrofuliczne oczu.
4. Choroby skrofuliczne skóry.
5. Zapalny skrofuliczny proces w kościach.
6. Garb.

Przedewszystkiem jednakże dla dokładnego zrozumienia choroby, t. j. powstawania i przebiegu a następnie leczenia, wypada bliżej zastanowić się nad sokami, odżywiającemi organizm.

Nauka o sokach.

Sokami nazywa się płyn, który przenika wszystkie tkanki naszego organizmu, a tém samém przyczynia się do utrzymania życia, tak jak ciepło i krew, krążąca w naszych arteryach [1]. Ta ostatnia właściwie należy do soków organicznych, skutkiem jednakże jéj szczególnych własności trzeba ją pod pewnym względem uważać za płynną tkankę organizmu. Soki te, przepełniające tkanki, za pośrednictwem krwi zabierają cząstki zużyte i niezdrowe dla wydzielania ich na zewnątrz, skutkiem tego zdrowie krwi jest od nich w wysokim stopniu zależne.

Główną częścią składową naszego organizmu jest woda, gdyż stanowi $^4|_5$ całéj jego objętości, tak, że ciało ludzkie wysuszone, t. j. pozbawione w zupełności wody, jak to ma miejsce u mumii, nawet z największego człowieka ważyć będzie ogółem około 13 funtów. Otoż te płynne części w or-

[1]) Pod mianem naczynia rozumieć należy arterye i żyły.

ganizmie bywają rozmaitéj natury i skutkiem tego i stan zdrowia od takowego w wielu wypadkach jest zależny. Częstokroć skutkiem niewłaściwego chemicznego składu soków cierpi pojedynczy jakiś organ. Dla wyleczenia go stosują bardzo często leczenie jedynie miejscowe, które naturalnie pozostaje bezskuteczne, gdyż przyczyna choroby mieści się w sokach.

Pod uwagę należy wziąć stan soków organicznych, zarówno pod względem ilości, jak i jakości.

Co do ilości, to zazwyczaj określamy człowieka, że jest albo pozbawiony soków, lub też jest niemi przepełniony. Określenie to można zrobić z samego wyglądu twarzy. Pełnokrwiści mają zazwyczaj twarz obrzękłą, zaczerwienioną, oczy krwią nastrzyknięte, oddychają ciężko i głęboko. Tymczasem małokrwiści są bladzi, albo też na policzkach rysują się wyraźnie określone kolory, wargi blade albo nawet sine, a oczy wilgotne, wewnętrzna zaś strona powiek jest w krew bardzo uboga.

To, co widzimy na twarzy człowieka, to samo dostrzeglibyśmy na wewnętrznych jego tkankach, które zależnie od jakości nagromadzonych w nich soków są raz zdrowe, kiedyindziéj znowu mniéj lub więcéj chore.

Jeżeli świeżo wypuszczoną krew będziemy kłócić za pomocą pałeczki szklanéj w naczyniu,

to ona rozdziela się na dwie części, jedna o konsystencyi ubitéj a druga będzie płynną, wodnistą, prawie przeźroczystą z lekko słonym smakiem, która to ciecz ma bardzo ważne znaczenie w funkcyach organizmu, chociażby tylko z tego względu, że jest nosicielem podstawowéj części krwi, która zowie się krążkami. Wiadomo, że w cholerze, skutkiem utraty właśnie téj płynnéj części, zwanéj surowicą, krążki nie mogą w naczyniach krążyć, oddawać przez płuca części zużytych, nanowo zapomocą wdychanego tlenu się odżywiać i roznosić po całym organizmie ten do życia niezbędny pierwiastek.

Jeżeli znowu przeciwnie ilość surowicy jest za wielka, jak to w wodnéj puchlinie widzimy, to takowa również utrudnia krążenie krążkom i odżywianie organizmu zostaje upośledzone.

Aby więc organizm odbywał swe czynności należycie, niezbędną jest rzeczą, aby krążące po nim soki były zarówno pod względem ilości, jak i jakości w normalnym stanie. Najmniejsze zaburzenie w tym względzie pociąga za sobą różnorodne cierpienia. Skutkiem tego niezmiernie ważną jest kwestya: w jaki sposób utrzymać soki w stanie normalnym?

W jaki sposób utrzymać soki w stanie normalnym?

Ażeby na to pytanie odpowiedzieć, wypadałoby w tém miejscu przytoczyć całą hygienę, t. j. naukę bardzo obszerną, a co zajęłoby zbyt wiele miejsca, zresztą ważniejsze szczegóły zamieściliśmy w całym szeregu broszur, zatytułowanych: *Leczenie domowe.* Musimy tylko zaznaczyć, że do utrzymania soków w stanie normalnym niezbędném jest, aby wszystkie organa odbywały swe czynności prawidłowo, przedewszystkiem jednakże odgrywa tu ważną rolę trawienie, a więc przyjmowanie nowych elementów, niezbędnych do utrzymania życia i dokładne ich przyswojenie, dalej rozprowadzenie tego materyału po całym organizmie a więc krążenie krwi i oddechanie, czyli w normalnym stanie znajdować się muszą przewód pokarmowy, serce i naczynia krwionośne, płuca, prócz tego nerki i t. p.

Naczynia limfatyczne.

Wszyscy prawie wiedzą o arteryach i żyłach, pierwsze bowiem skutkiem pulsacyi można wyczuć palcem lub nawet w niektórych miejscach ciała obserwować ich ruch okiem, drugie zaś przeświecają przez skórę w postaci niebieskawych sznurków, jak to widzimy np. na grzbiecie ręki; o naczyniach limfatycznych zaś, niedostępnych ani dla zmysłu dotykania ani wzroku, mało kto słyszał. A jednak odgrywają one w organizmie bardzo doniosłą rolę i wszelkie zaburzenia w ich czynnościach powodują poważne cierpienia. Naczynia limfatyczne są to białe cienkie rurki, w których płynie również ciecz biaława. Ciecz ta jest wytworem, powstałym ze strawionych pokarmów; przy pomocy *przewodu piersiowego* wlewa się ono do naczyń krwionośnych, dostarczając w ten sposób nowego materyału, niezbędnego do życia. Owa ciecz, krążąca w naczyniach limfatycznych, nie jest jeszcze dostatecznie ukształconą do odżywiania organizmu; dopiero nabiera tych własności krążąc po naczyniach krwio-

nośnych i przychodząc w płucach w zetknięcie z tlenem powietrza, przyczem znajdujące się tam białe krążki krwi zostają zamienione w czerwone. Jeżeli z jakichbądź powodów owa przemiana białych krążków krwi w czerwone zostanie zakłóconą, wówczas liczba pierwszych przeważa znacznie nad drugiemi i powstaje stan, znany pod nazwą bladaczki, który często spotykamy u osób skrofulicznych.

Prócz opisanego centralnego systemu naczyń limfatycznych, którego rolę widzieliśmy, znajduje się po całém ciele wielka ich ilość, łączących z sobą, grupami lub pojedynczo rozrzucone w różnych miejscach, gruczoły limfatyczne. W stanie normalnym gruczoły owe, zwłaszcza gdy tkanka tłuszczowa jest silniéj rozwiniętą, nie są ani widzialne dla oka, ani też wyczuwalne przy dotykaniu, w przeciwnym razie mamy dowód, że są powiększone czyli obrzękłe, a co spotykamy głównie na szyi u dzieci i co wskazuje, że są w pewnym stopniu skrofuliczne. Przy wyższych obrzękach przyłącza się bolesność a także w około zaczerwienienie, skutkiem zapalnego stanu.

Przy zranieniach ręki, zwłaszcza gdy rana jest podrażnioną, podlegają zapaleniu naczynia limfatyczne. Zapalenie to w postaci czerwono-fioletowych pręgów postępuje coraz wyżéj i przychodzi do obrzęku gruczołów limfatycznych pod pachą, któ-

remu towarzyszy bolesność, zwiększająca się znacznie przy poruszaniu kończyną. Nawet nieznacznie obrzękłe gruczoły sprawiać mogą nieznośny ból przy uciskaniu. Gdy zapalenie jest chroniczne, natenczas bardzo często, pomimo znacznego powiększenia, gruczoły bywają niebolesne.

Oto streszczenie opisu systemu limfatycznego, niezbędne dla zrozumienia dalszego ciągu niniejszéj pracy. Dodać jeszcze należy, że czynność ich podobną jest do tak nazwanych drenów, które zaprowadzają w gruntach wilgotnych dla odprowadzenia wody. Naczynia limfatyczne podobnież odprowadzają soki, zużyte w organizmie; wprawdzie nie otwierają się bezpośrednio na zewnątrz, lecz znajdują się w ścisłym związku z porami skóry, przez które zużyte soki zostają wydalone. Bardzo też wiele zależy na tém, aby tak nazwana wentylacya skóry odbywała się w sposób prawidłowy, gdyż w ten sposób jedynie naczynia limfatyczne mogą wydalić z siebie zawartość, w przeciwnym zaś razie podlegają obrzękowi.

Ruch organizmu.

W sztucznem drenowaniu gruntu, z którém powyżéj porównaliśmy system limfatyczny, najważniejszą jest rzeczą urządzenie takie, aby woda z góry na dół spadała skutkiem własnego ciężaru. W organizmie człowieka zaś płyny po większéj części, a co ma miejsce i z krwią, krążą z dołu ku górze, t. j. wbrew swéj ciężkości. Krew w naczyniach zostaje podniesioną ku górze przy pomocy siły serca; takowa jednakże nie wystarcza w zupełności, szczególniéj dla płynów, krążących w naczyniach limfatycznych, które bezpośredniego związku z sercem nie posiadają. Skutkiem tego w pomoc owéj sile przychodzą jeszcze inne, z których jedną z najważniejszych jest siła mięśniowa, t. j. kurczenie się muskułów. Już przy powolném chodzeniu częstość pulsu zwiększa się o 10 uderzeń na minutę więcéj, niż przy siedzeniu. Przy pracy fizycznéj żyły, będące w czasie spoczynku bardzo mało widoczne, nabrzękają jak postronki. Jeżeli przy siedzeniu mamy zimne nogi, to przy chodzeniu

rozgrzewają się one bardzo szybko. Wszystko to zatém stanowi dowód, że ruch mięśniowy wpływa na energiczniejsze krążenie krwi w naczyniach krwionośnych.

Prócz tego ruch organizmu oddziaływa na krążenie pośrednio, za pomocą oddéchania, podobnie jak puls i oddéchanie przy chodzeniu zostają zwiększone i jednocześnie głębsze. Właśnie owo szybsze oddéchanie oddziaływa nie tylko na serce, ale i na wszystkie naczynia krwionośne, przyśpieszając w nich krążenie. Rozszérzanie klatki piersiowéj działa niejako jak pompa ssąca, podnosząc krew do góry z dolnéj połowy ciała, a odciągając ku dołowi z górnéj, t. j. od głowy.

Czynniki te, działając bezpośrednio na krążenie krwi, wpływają również i na krążenia limfy w naczyniach limfatycznych. Pod względem hygienicznym ma to niezmiernie doniosłe znaczenie, albowiem przy braku ruchu tworzą się zastoje.

Jedzenie i picie.

Żołądek, a względnie pokarmy i napoje, są tém samém dla organizmu, co dla rzéki źródło, z którego bierze początek, organ ten bowiem zasila go w nowy materyał niezbędny do życia. Nadmiernie obfite jedzenie i picie sprawia zbytni *przypływ*, albo, jak to zazwyczaj nazywają, *przeładowanie*, manifestujące się odęciem w żołądku i kiszkach, co jest jedną z najczęstszych przyczyn, sprowadzających skłonność do skrofułów.

Z tego powodu uważamy za stosowne powiedzieć kilka słów, w jaki sposób wypada się żywić. Odnosi się to do dzieci.

Co do *ilości* pokarmów, to takowéj ściśle oznaczyć niepodobna, zależną bowiem jest od indywidualnych warunków, a więc od budowy ciała, od stanu zdrowia a także od sposobu zajęcia, t. j. czy się pędzi sposób życia ruchliwy, czy siedzący.

W ogólności niepodobna nie zrobić zarzutu dzisiejszemu sposobowi życia, że się jé i pije za dużo, a co zależne jest raz od lekkomyślności

i przyzwyczajenia, drugi raz znowu od fałszywych przepisów.

Lekkomyślnością nazywamy to, gdy ktoś je, nie mając apetytu, a robi to tylko dla podrażnienia podniebienia, albo gdy go częstowano. Niestety, dzieci, nawet jednoroczne, bywają przeładowywane, a zdarza się często słyszeć: „mój Jaś, albo moja Wandzia jedzą już wszystko“. Nie potrafimy dziecku odmówić czegoś, aby mu przykrości nie zrobić, a powodujemy tém stokroć większą, jaką jest choroba. Pamiętać należy o tém, że „człowiek nie żyje z tego, co zjadł, lecz z tego, co strawił“; „że lepiéj kilkunastu kęsów nie dojeść, niż jeden zjeść za dużo“; „że to, co kowal z łatwością strawi i przyswoi, krawcowi z pewnością zaszkodzi“.

Jeszcze większe błędy bywają popełniane pod względem *jakości.* Istnieje niczém nie dająca się usprawiedliwić teorya, którą wielu chętnie stosuje w praktyce: aby przedewszystkiem żywić się pokarmami pożywnemi, zaniedbując potrawy roślinne, mleko, owoce i wodę, a zajadając przeważnie mięso, jaja, pijąc wino, piwo i t. p., a co zaczyna się już od najmłodszych lat. Tłomaczą sobie w ten sposób: „że tylko mięso może wydać mięso“. Ze zapatrywanie to jest błędne, nie trudno dowieść, gdyż w odpowiedzi przytaczamy, że wół i baran, żywiący się trawą, posiadają sporo mięsa. Zresztą spo-

sób jedzenia musi być zastosowany do indywidualnego stanu organizmu.

Wszystkie pokarmy strawne są pożywne, tylko jedne w mniejszym, drugie w większym stopniu i przynoszą organizmowi różnorodne pierwiastki, niezbędne do utrzymania zdrowia i życia dla tego pożywienie powinno być mieszane, t. j składać się z potraw mięsnych i roślinnych; dzieci do roku powinny być karmione przedewszystkiem mlékiem najsamprzód matki, lub gdy matka karmić nie może, mlékiem zdrowéj mamki, a późniéj, po odstawieniu, krowiém. Jeżeli po skończonym roku dostateczna ilość zębów się wyrznęła, można wówczas karmić stałemi pokarmami, jednakże w umiarkowanéj ilości.

W ogólności dzieci nalane powinny otrzymywać nieco więcéj mięsa, a mało mącznych potraw, przeciwnie zaś dzieci chude, więcéj tych ostatnich a mięsa nieznaczną ilość.

Woda

Woda dobra i czysta jest najwłaściwszym napojem do odświeżania tkanek organizmu. Ona jedynie, i to jeżeli jest zimną, może prawdziwie ugasić pragnienie—jeżeli czynimy to za pośrednictwem wina, piwa, herbaty lub kawy, to wprawdzie w pierwszéj chwili osiągamy temi napojami cel zamierzony, lecz wkrótce doznajemy jeszcze większego pragnienia.

Szczególniéj dzieci powinny wyłącznie wodą gasić pragnienie, dla nich piwo i wino jest bezwarunkowo szkodliwe, robi krew ostrą i poprostu spowodowywa chroniczne zatrucie wyskokiem. Poją je często wodą przegotowaną, herbatą, lub dodają do niéj rozmaite przymieszki, raz z powodu płonnéj obawy zaziębienia żołądka, drugi raz, że woda nie jest czystą. Co do pierwszego zapewnić możemy, że, jeżeli tylko dziecko nie jest zmęczone, może pić wodę zimną bez złych następstw, co do drugiego, t. j. gdy woda jest nieczystą, posiadamy doskonały sposób zamienienia jéj w zdatną do picia przy pomocy filtrowania.

Owoce.

Owoce dostarczają organizmowi w przyjemny sposób wodę, a prócz tego są pokarmem lekko pożywnym i ułatwiającym wypróżnienia. Dzieci w ogólności jedzą owoce bardzo chętnie i daleko właściwiéj dawać im takowe np. na podwieczorek, aniżeli wstrętną i drażniącą ich słabe nerwy lurę, zwaną kawą, z suchym chlebem. Prócz surowych, gotowane owoce czyli kompoty są nadzwyczaj zdrowym pokarmem i należy je jak najczęściéj i jak najwięcéj spożywać. Doprawdy żałować przychodzi, że ceny owoców z każdym rokiem idą w górę i skutkiem tego wielu musi się ograniczać w ich nabywaniu.

Owoce powinny być dojrzałe i w dobrym gatunku, w przeciwnym bowiem razie, zamiast pożytku, mogą szkodę zdrowiu wyrządzić.

M l é k o.

Mléko jest przez Boga dla dzieci przygotowaném pożywieniem, a pomimo to „mało jest pokarmów tak niezasłużenie spotwarzonych, jak mléko“. Wyrazy te zawierają prawie wszystko to, co o mléku można powiedzieć. Dodać tylko należy, że nieżywienie dzieci mlékiem, szczególniéj w pierwszych miesiącach życia, czyni je bezwarunkowo skrofulicznemi.

Dla dzieci do 6-go miesiąca życia jedynem właściwém pożywieniem jest mléko i to najlepiéj matki; dzieją się jednakże pod tym względem liczne nadużycia. Dzieci bywają opychane zaraz w piérwszych miesiącach, że nie powiemy tygodniach, pokarmami mącznemi, nawet z porady cioć i dobrych sąsiadek daje się „trochę rosołku, kostkę do wyssania i kawałek skrobanego mięska, bo to krwi dziecku dodaje i przyspiesza rozrost ciała i kości“. Rzeczywiście przyśpieszają one tylko jedną rzecz, t. j. rozwój gruntu skrofulicznego, na którym w późniejszym czasie rozwija się cały szereg cierpień, z któremi czytelnika poniżéj zapoznamy.

Mléko zawiera w sobie wszystkie niezbędne do rozwoju młodocianego organizmu pierwiastki, zarówno kości, mięśni, naczyń krwionośnych i tkanki nerwowéj. Jedna z części składowych mléka, mianowicie sernik jest koniecznym dla dziecka, aby się kości normalnie rozwinęły, aby nie stały się rachityczne (angielska choroba). Jeżeli zastępujemy je innym pokarmem, którego przewód pokarmowy dziecka ani strawić, a tém samém przyswoić nie jest w stanie, wówczas wyrządzamy mu krzywdę, któréj często, w późniejszych latach, niczém wynagrodzić nie można.

Powtarzamy przeto raz jeszcze, że dzieci w piérwszych miesiącach powinny być jedynie i wyłącznie mlékiem karmione.

Świéże, czyste powietrze.

Świéże i czyste powietrze jest niezbędnym warunkiem zdrowia, powinno ono jednak zawierać nietylko 21 części gazu ożywczego—tlenu, lecz powinno być wolne od domieszek takich, jak: dym, kurz, pył i t. p. Powszechnie mniemają, że zepsute powietrze oddziaływa niekorzystnie jedynie na płuca, tymczasem zło, jakie ono sprawić może, sięga znacznie daléj. Powietrze, przychodząc w płucach w zetknięcie z krwią, sprawia, iż zawarty w niém tlen zamienia białe krążki krwi na czerwone, zdolne odżywiać organizm. Gdy do płuc niedopływa dostateczna ilość tego gazu, albo gdy jakość jego nie jest właściwą, zamiana owa odbywa się leniwo, na czém odżywianie ucierpieć musi, rozwija się bładaczka, a przy usposobieniu ku temu i zołzy.

Z powietrzem wchodzi do organizmu jeden z najważniejszych jego pierwiastków—tlen, i chociaż niezbitą prawdą jest, że samém powietrzem

żyć nie można, to niemniéj jest faktem niezbitym, że wyłącznie jedzeniem i piciem, bez oddéchania, również żyć nie można. Powietrze bowiem nietylko orzeźwia, ale i żywi, z potrawami wprowadzamy do organizmu węgiel i azot, a z powietrzem tlen. Brak lub niedostatek jednéj z tych głównych części składowych organizmu sprowadza chorobę lub nawet śmierć. Człowiek daleko łatwiéj i przez czas dłuższy znosić może niewłaściwe pożywienie, zupełny zaś brak tlenu zabija w przeciągu kilku minut, a jeżeli dowóz jego przez czas dłuższy bywa niedostateczny, prowadzi do chorób chronicznych rozmaitego rodzaju, między któremi skrofuły jedno z piérwszych miejsc zajmują.

Wszyscy przeto starać się powinni, aby oddychać jak najczystszém powietrzem i aby ilość jego była jak najobfitszą, przedewszystkiem zaś stosuje się to do dzieci. Podczas dnia zazwyczaj o powietrze łatwiéj i prawie każdy może urządzić się w ten sposób, aby go nie brakowało, chodzi tylko o dobre chęci w tym względzie; inaczéj zaś rzecz się ma podczas nocy, zwłaszcza gdy w jednym pokoju skupia się naraz więcéj osób.

Francuzkie stare przysłowie „qui dort dîne", t. j. kto śpi, ten jé i pije, uświęcone zostało nowoczesnemi zasadami hygieny, które kładą przeważny nacisk, aby funkcya snu odbywała się prawidłowo

i we właściwych warunkach. W saméj rzeczy, jeżeli po spożyciu odpowiedniego posiłku i we właściwym czasie uczuwamy odrodzenie znużonych i wyczerpanych sił pracą i życiem, to takowe jest równie wyraźném, a może jeszcze wyraźniejszém po śnie, który pokrzepia organizm podobnie, jak jedzenie i picie. Pokrzepienie to dochodzi do skutku za pośrednictwem płuc, które przyswajają organizmowi niezbędną ilość tlenu do odnowienia soków, a przyswajanie to w czasie snu odbywa się ze znacznie większą energią, niż podczas czuwania, za pośrednictwem głębszego i szybszego oddéchania.

Z powyższego widzimy, jak ważną jest rzeczą w pokoju sypialnym mieć świéże powietrze i dostateczną ilość tegoż na każdą jednostkę. Tymczasem, pod tym względem, panuje prawie powszechne lekceważenie przepisów hygienicznych. Pokoje sypialne są najmniejsze, najgorzéj odwietrzane, często zupełnie pozbawione okna, t. zw. alkowy, w których dzieci formalnie się duszą i nabywają skutkiem tego usposobienia do cierpień skrofulicznych.

Aby w pokoju sypialnym była dostateczna ilość powietrza, szczególniéj, gdy tenże nie jest bardzo obszerny, gdy znajduje się w nim dużo mebli i pościeli, niedosyć jest, jak to po większéj czę-

ści ma miejsce, otwierać okno na godzinę lub dwie, lecz trzeba wpuszczać powietrze przez dzień cały, a nawet, przyzwyczaiwszy się, latem sypiać przy otwartych oknach.

Alkowy i ciemne sypialne pokoje są jedną z najczęstszych przyczyn dzieci skrofulicznych.

Prócz tego, podczas zimy, dbać należy, aby dzieci, przepędzając większą część dnia w pokoju miały świéże powietrze, dla tego należy regularnie otwierać okna; niech lepiéj będzie trochę chłodniéj, aniżeli oddéchać zepsutém powietrzem.

Podczas lata okna powinny być bezustannie otwarte a dzieci należy o ile możności wysyłać na spacery, a nawet uczyć pod gołém niebem.

Musimy tu jeszcze wspomnieć o mieszkaniach wilgotnych, wywierających zgubny wpływ na młodociane organizmy.

Dziecko, szczególniéj gdy nabyło usposobienia do cierpień skrofulicznych, mieszkając w wilgotném mieszkaniu, podlega przedewszystkiem ogólnemu niedomaganiu, objawiającemu się bladością cery, zmizernieniem, powiększeniem gruczołów limfatycznych, a późniéj różnego rodzaju chorobami miejscowemi, jak: owrzodzenia, zapalenia i próchnienia stawów i t p.

Sądzimy, że rozwodzić się nad szkodliwością mieszkań wilgotnych nie ma potrzeby, jest ona

bowiem rzeczą wszystkim dobrze znaną i dlatego przedewszystkiem wypada unikać tego wpływu, a następnie, gdy przebywanie w wilgotném mieszkaniu jest nieuniknione, osuszać je o ile możności, a dzieci wysyłać na świeże powietrze!

Pielęgnowanie skóry.

Czém powietrze dla płuc, tém woda jest dla skóry. Małe dzieci w piérwszych czasach powinny być bezwarunkowo codziennie kąpane. Kąpiele, oczyszczając skórę, ułatwiają w niéj przeziew. Przez skórę, a raczéj przez jéj pory, wydzielają się produkty, zużyte w organizmie, z chwilą gdy zostaną zatkane, takowe nie mogą się wydzielać swobodnie i powodują z jednéj strony stany zapalne w skórze, z drugiéj zanieczyszczenie soków organicznych. Z tych względów stosowanie kąpieli powinno być jak najobszerniejsze, podrastające zaś dzieci powinny zimową porą przynajmniéj raz na tydzień brać kąpiel, a w lecie codziennie kąpać się albo w domu, albo w rzéce. Czyste utrzymanie skóry jest dla zdrowia niezmiernie doniosłe, a na piérwszém miejscu stać powinno jako środek zapobiegający rozwinięciu się skrofułów.

Powstawanie skrofułów. Zepsucie soków organicznych.

Już powyżéj wzmiankowaliśmy, że pod nazwą „skrofułów“ pojmować należy: niewłaściwy skład soków w organizmie i dlatego przedewszystkiem przychodzi zadać sobie pytanie: „w jaki sposób można utrzymać soki w normalnym stanie? jak sprawić, aby dzieci nie były skrofuliczne? a właściwie: czego unikać należy przy pielęgnowaniu i wychowywaniu dzieci, aby nie były skrofuliczne?“ Na sprawę wychowania dzieci wypada tém baczniejszą zwrócić uwagę, że tak nazwane *wrodzone usposobienie* do chorób skrofulicznych jest niezmiernie rzadkie, że w większości wypadków są one nabyte i, jeżeli wydarza się wrodzona skłonność do chorób piersiowych i takowéj zaprzeczać nie można, to rzadko, powiadamy, przychodzi dziecko na świat z zepsutemi sokami, jakie spotykamy u dzieci skrofulicznych. Z tego względu w większości wypadków

należy przypuszczać, że skłonność owa została nabytą skutkiem wadliwego wychowania dzieci.

Jedna jest choroba, o któréj tu bliżéj rozpisywać się nie będziemy, a która w saméj rzeczy jest powodem, że dziecko od choréj matki przynosi na świat zepsute soki, kończy się po największéj części bardzo prędko, bo już w piérwszych tygodniach albo miesiącach życia, śmiercią. Wszystkie inne dzieci przynoszą zdrowe soki na świat, o czém wnioskować można, że cierpienia skrofuliczne prawie nigdy przed drugim rokiem życia się nie przejawiają, a zazwyczaj daleko późniéj. To samo już dowodzi wyraźnie, że zmiany w organizmie są nabyte.

Być może, że wielu czytelników jest przeciwnego zdania, gdyż została wkorzenioną zasada, że się tak wyrazimy, iż dzieci przychodzą już na świat z usposobieniem do pewnych cierpień skrofulicznych. Możemy jednakże zapewnić, że jest to przesąd, wkorzeniony za sprawą ciotek i mamek, które jednocześnie stosując leczenie najfałszywsze, przyczyniają się nierzadko do wyrobienia w dzieciach owéj skłonności, któréj na świat z pewnością nie przyniosły.

Aby dziecko nie nabyło skłonności a późniéj i samych skrofułów, wymagane jest przedewszystkiem, aby oddéchało świéżém powietrzem i aby go

miało w dostatecznéj ilości. Tymczasem z powodu ciasnych i wilgotnych mieszkań, w których przemieszkuje wielka ilość osób, dziecko z samego początku doznaje niedostatek tego gazu, niezbędnego do utrzymania zdrowia. A jest to jedyny niedostatek, jakiego dziecko, będące przy piersi, doznaje; pokarmu bowiem, bądź to z piersi matki, albo z flaszeczki ma zazwyczaj poddostatkiem i wystarcza, aby dziecko zapłakało, a natychmiast matka uspokaja go podaniem piersi albo flaszeczki z mlékiem. Na tego rodzaju głód więc wszyscy zwracają uwagę, nie pozwalając go dziecku znosić, tymczasem zaspokojenie głodu powietrza mało ·kogo obchodzi, a nawet nikomu przez myśl nie przejdzie, że często krzyki, jakie dziecko z siebie wydaje, są właśnie tego powodem. Przypuszcza się zwykle wówczas, że przyczyną jego krzyku jest głód albo boleści brzucha, podaje się zatém pokarm lub smaruje brzuszek oliwą i okrywa watą, zapakowywa jeszcze głębiéj w poduszkę lub okrywa kołdrą, skutkiem czego dziecko cierpi jeszcze większy niedostatek powietrza i jeszcze więcéj krzyczy. Gdyby je odkryto, gdyby było pomieszczone w pokoju dobrze odwietrzonym, z łatwością możnaby się przekonać, że dziecko nie krzyczy z braku pokarmu, lecz z braku powietrza.

Ten brak powietrza jest jedną z głównych przyczyn, że dziecko często natychmiast po urodzeniu, doznając go, bywa niespokojne i nie może spać. Niedoświadczone matki i przesądne mamki i ciocie uciekają się więc do takich sposobów, jak gwałtowne kołysanie dziecka, zatykanie mu ust gumowym sysakiem od flaszeczki z mlékiem, które nadzwyczaj ujemnie oddziaływają na stan zdrowia dziecka, kołysanie bowiem wprowadza w ruch młodociany mózg, a ciągłe żucie gumowego sysaka i łykanie mléka, często nie w najlepszym gatunku, drażni przewód pokarmowy i sprowadza w nim stan kataralny.

Dla oszczędzenia dziecku i matce wielu nieprzyjemności, potrzeba tylko, aby wyżéj wymienione panie posiadały *nos*, t. j. aby odczuwały, jakiego rodzaju zapachy przepełniają powietrze w pokoju, gdzie się odbył poród, lecz panie te najczęściéj nie czują tego, a jeżeli nawet ma to miejsce, spieszą pokój wykadzić trociczką albo octem, co jeszcze bardziéj zgęszcza powietrze a dziecko, które odczuwa najlżejsze niezapachy i zapachy, doznaje formalnie duszności natychmiast po przyjściu na świat, wciągając w młodociane płuca i drażniąc je zaduchami.

Bardzo racyonalnie pisze Miss Florence Nightingale, że czystość powietrza w pokoju ocenić mo-

żna jedynie w ten sposób: „Jeżeli po wyjściu do ogrodu i przebyciu w nim przez pewien czas, po powrocie do pokoju nie znajdujemy żadnéj różnicy między powietrzem ogrodowém a pokojowém, wówczas jedynie można twierdzić, że to ostatnie jest czyste a tém samém zdatne do oddéchania“. Tymczasem w pokoju, gdzie odbywa się poród, powietrze jest zepsute, można powiedzieć śmierdzące, a okna nie otwiéra się skutkiem obawy przeziębienia się położnicy albo dziecka, co jest najfałszywszą zasadą, zaziębienie bowiem nie nastąpi, a dziecko od pierwszéj chwili wciąga w płuca trujące miazmata. Stanowi to istotną skłonność do zapadania na cierpienia skrofuliczne.

W celu zapobieżenia jéj dostarczać trzeba dzieciom od pierwszéj chwili świéżego powietrza w dostatecznéj ilości, a można to uskuteczniać w ten sposób, aby dziecko się nie zaziębiło. Zresztą powtarzamy raz jeszcze, że pod tym względem istnieje niczém nieusprawiedliwiona przesada, że należy okna otwierać bezwarunkowo jak najczęściéj, gdyż powietrze dla dziecka jest równie potrzebne, jak pokarm.

Powszechnie mniemają, że otworzenie okna na kwadrans lub pół godziny wystarcza, aby w pokoju powietrze odświeżyć, t. j. aby ono wystarczyło na 23 i pół godzin do oddéchania, możemy

jednak solennie zapewnić, że tak nie jest; aby pokój dokładnie odwietrzyć, t. j. aby na miejsce zepsutego powietrza weszło świeże, muszą być okna przez cały dzień otwarte i to na przestrzał, a nawet korzystnie jest, przyzwyczaiwszy się do tego, sypiać przy otwartych oknach.

Że brak powietrza wpływa na rozwój skrofułów, dowodzi statystyka, która wykazuje, że rozwijają się one znacznie częściéj między dziećmi ludności ubogiéj, która mieszka w ciasnych i źle odwietrzanych mieszkaniach, niż między ludnością bogatszą. Te duszne facyatki i suteryny, w których przesypia noc kilka lub nawet kilkanaście osób, a w których o otworzeniu okna nikt nie pomyśli, są główną przyczyną rozwoju skrofułów.

W bogatszych zaś klasach owa wyżéj wspomniana przesada i zbytnia troskliwość nie rzadko przyczynia się do powstawania omawianéj choroby; prócz braku powietrza w pokoju, małe dziecko doznaje go nawet, gdy go wynoszą na przechadzkę, trzymają je bowiem albo w zamkniętéj karecie, albo w wózku, osłoniętym kołdrą, skutkiem czego nie pożywi się powietrzem, młode płuca nie zaczerpną niezbędnéj ilości tlenu dla utrzymania zdrowia.

Powietrze dla dziecka jest tak niezbędne, jak woda dla ryby. Przekonano się chowając ryby

w akwaryach, że nawet najmniejsze okazy żyją tém dłużéj, im woda jest zimniejszą i im częściéj bywa zmienianą. Czém mętna i zepsuta woda dla ryby, tém nieczyste powietrze dla dziecka, które w pierwszych tygodniach życia, znajdując się w pokoju, w którym odbył się poród i nie będąc przez czas tak długi wynoszone na świeże powietrze, wdécha jedynie zepsute i niezdrowe powietrze.

Otóż zaszczepiony w ten sposób zarodek choroby skrofulicznéj w dziecku, rozwija się już później coraz bardziéj, a rozwój ten podtrzymywany jest przez zbytnie pielęgnowanie, przez okrywanie twarzy dziecka chustką albo nawet kołdrą i t. p.

Spanie pod kołdrą i oddychanie zepsutém powietrzem, które się już raz wytchnęło, jest wielce niezdrowe. Obserwowaliśmy chłopca, który w ten sposób sypiał i skutkiem tego miał silnie powiększone gruczoły limfatyczne na szyi. Z chwilą gdy się przestał przykrywać w ten sposób i został pomieszczony w pokoju dobrze odwietrzanym, gdzie miał poddostatkiem powietrza, obrzęk gruczołów znikł bardzo prędko, bez żadnych środków lekarskich. Jest to przykład wielce pouczający dla matek i ciotek, otaczających w tym względzie dzieci *zbytnią* pieczołowitością.

Musimy w tém miejscu raz jeszcze powrócić do kąpieli i przyznać, że w tym względzie, zwłasz-

cza u bardzo małych dzieci, staje się zadosyć wymaganiom hygieny, t. j. że nowonarodzone dzieci zostają natychmiast wykąpane, i że następnie, przez pewien czas kąpią dziecko codziennie. W ten sposób zostaje mu przynajmniéj w części wynagrodzoną krzywda, jaką ponosi z powodu braku powietrza. Że kąpiele są korzystne dla dzieci, dowodzi to, że maleństwo bardzo często po przebytéj nocy bywa kapryśne, ociężałe, nawet niechętne do ssania a dopiéro po wykąpaniu odzyskuje właściwy stan, zarówno umysłowy, jak i fizyczny. Prócz tego tak długo, jak się je kąpie codziennie, objawów skrofulicznych nie widzimy i takowych w saméj rzeczy nie ma, a rozwijają się dopiéro z chwilą, gdy zaprzestano dziecko dosyć często kąpać. Niestety, jednakże wyznać potrzeba, że owo codzienne kąpanie noworodków zbyt wcześnie bywa przerywane i tu mieści się także powód wywiązywania się skrofułów, głównie w postaci wysypek na twarzy, głowie i cierpień oczu, a które zostają jeszcze przyspieszone i zwiększone przez zbyt ciepłe okrywanie dzieci. Sypianie na pierzach i okrywanie pierzynami, albo zbyt grubemi kołdrami również niekorzystnie oddziaływa na zdrowie dziecka. Już w przeszłym wieku znakomity lekarz holenderski Boerhaave pisał, że tu mieści się powód zapadania dzieci na *konwulsye*. Jeżeli jeszcze prócz tego tem-

peratura w pokoju jest zbyt wysoką, a zwłaszcza gdy ogrzewanie odbywa się za pośrednictwem pieca żelaznego węglami kamiennemi, natenczas mamy wszelkie warunki po temu, aby dzieci zapadały na cierpienia skrofuliczne.

Jaki to wpływ wywiera na dzieci, łatwo sobie wyobrazić, jeżeli przypomnimy sobie uczucie, jakiego doznajemy, gdy pozostajemy w zbyt ciepłém ubraniu przez czas dłuższy w pokoju dobrze ogrzanym, albo gdy w celu usunięcia kataru bierzemy *na poty* i w tym celu okrywamy się kilku kołdrami lub pierzyną. Doznajemy wówczas ciężkości na piersiach, gorąca w głowie, wargi stają się spieczone i powiadamy krótko: „tu nie podobna wytrzymać". Zupełnie to samo, gdyby umiało, zawołałoby dziecko, a ponieważ tego zrobić nie może, więc o ile możności wynurza główkę z poduszki, unosi ją, aby choć na chwilę ochłodzić i wszelkiemi siłami rąk i nóg stara się wyswobodzić z krępujących i palących więzów, przyczém zazwyczaj żałośnie krzyczy. Powszechnie uważa się to za uczucie głodu, zatyka się dziecku usta piersią, patrzy, czy ma sucho, a w dodatku nakrywa sie jeszcze główkę ciężką chustką i kołysze. Tymczasem samo rozwiązanie poduszki przyniosłoby mu stokroć większą ulgę, aniżeli powyższe sposoby, które w gruncie rzeczy powiększają tylko cierpienia,

a dziecko nie umie wyrazić, co mu dolega, w przeciwnym bowiem razie zawołałoby z pewnością: „co ja zawiniłem, że mnie tak dręczycie!“

Doświadczenia na zwierzętach wykazały, że zatamowanie przeziewu skóry sprowadza bardzo szybko śmierć. Jeżeli zbyt szczelne okrycie nie zatamowywa w zupełności funkcyi skóry, to niewątpliwie zmniejsza ją znacznie i tém samém szkodliwie oddziaływa na zdrowie Z tego względu pamiętać należy o tém, aby dzieci nie krępować w poduszki, nie okrywać zbyt ciężkiemi kołdrami, aby do skóry przystęp powietrza odbywał się swobodnie i aby wydzielina jéj mogła wyparowywać należycie, w przeciwnym bowiem razie przyczynimy się do tego, aby dziecko stało się skrofuliczne.

Ma to jeszcze jedną złą stronę, mianowicie w ten sposób właśnie dziecko najłatwiéj ulega zaziębieniu. Pot, nie mogąc wyparować, osiada na skórze lub wsiąka w bieliznę i stanowi zupełnie niepożądany zimny okład, który ochładzając skórę wywołuje zaziębienie. Niechże sobie przypomną pielęgnujący dziecko, jakie wrażenie sprawia koszula spocona lub pończocha przemoczona, gdy w nich przez czas dłuższy pozostawali i jakie następstwa sprowadzały u nich; zupełnie to samo dzieje się z dzieckiem, które zawiązano w grubą poduszkę i okryto ciężką kołdrą.

Bardzo ważnym momentem przyczynowym w powstaniu skrofułów jest *przekarmienie*. Oddziaływa ono na organizm dziécięcy w podobny sposób, jak zbyt ciepłe odziewanie, t. j. jeżeli nie przyczynia się do zepsucia soków, to w każdym razie sprowadza w młodocianym organizmie zmiany, które wielce sprzyjają powstawaniu różnorodnych cierpień, a między innemi i skrofulicznych.

Przedewszystkiem wymienić tu wypada *sztuczne karmienie*, karmienie za pośrednictwem tak nazwanych *surrogatów*.

Potrzeba dziś prawdziwe walki staczać, aby dzieci nie były karmione różnego rodzaju mączkami i kaszkami, które wrzekomo mają zastąpić pokarm matki albo mamki. Nawet tyle zachwalane *zgęszczone mleko szwajcarskie* (condensed milk), zawiera w sobie zbyt wielką ilość cukru trzcinowego, służącego do zakonserwowania tego surrogatu. Nie będziemy tu wymieniali owych licznych preparatów, zachwalanych w dziennikach, powiemy tylko, że wszystkie, mniéj albo więcéj, sprzyjają rozwojowi skrofułów.

Dzieci skrofuliczne, a raczéj skrofuły, jakiemi zostały dotknięte, rozdzielić można na *kwitnące*, wytwarzające się skutkiem przekarmienia i *odrętwiałe* skutkiem niedostatecznego karmienia. Ofiarą piérwszych bywają zazwyczaj dzieci ludzi zamożnych,

którzy niejako za punkt honoru uważają dawać dzieciom o ile możności jak najwięcéj do jedzenia i zachęcają je do tego namową, no... i przykładem. Więc prócz zbyt obfitego jedzenia w porze właściwéj: jak śniadanie, obiad i kolacya, uważają za stosowne wpychać w dzieci, w przerwach, ciastka, cukierki i owoce; od najpierwszéj młodości przyzwyczajają je do picia piwa i wina. Skutkiem tego w pieszczochach wyrabia się w pewnym stopniu żarłoczność, jakiś *fałszywy apetyt*: podniebienie bezustannie pragnie przysmaków drażniących, gdy tymczasem żołądek wcale tego nie potrzebuje i poprostu nie może wszystkiego strawić i przyswoić. Przekarmienie dochodzi do skutku głównie za pomocą mięsa, które dzieciom zbyt wcześnie podają, t. j. wtedy, gdy powinny jeszcze prawie wyłącznie żyć mlékiem. Istnieje bowiem najfałszywsza teorya, aby w dzieci pakować jak najwięcéj surowego mięsa. Najsamprzód jednak podobne mięso nie jest tak łatwo strawne, jak lekko przypieczone albo przysmażone, a powtóre bardzo często wprowadza się z nim do organizmu solitera.

Skrofuły odrętwiałe spotykamy przeważnie u dzieci rodziców ubogich. W przeciwstawieniu do pierwszéj formy dzieci nabywają skrofułów skutkiem niedostatku pożywienia, skutkiem ograniczania się na takiéj jedynie strawie, jak: chléb, karto-

fle i słonina. Pokarmy te są bezwątpienia posilne, nie mogące same przez się sprowadzić zepsucia soków, lecz prócz nich dziecko musi koniecznie otrzymywać pewną ilość mięsa, a nie żyć głównie, albo nawet jedynie owemi pokarmami.

Nie mało przyczynia się do rozwoju skrofułów *przeuczanie* dzieci, które dziś, prawie bez wyjątku, jest na porządku dziennym, zwłaszcza gdy temuż przeuczaniu jedna z powyżéj wymienionych przyczyn towarzyszy.

Dzieci poprostu nie mają czasu, aby spokojnie zjeść, a o spokojném strawieniu spożytych pokarmów, które wymaga dosyć długiego czasu, nawet mowy być nie może, a są to jednakże niezbędne warunki, aby dziecko było zdrowe, aby nie zapadło na tę groźną chorobę, która częstokroć trapi je przez całe życie.

Zjedzenie obiadu i pozostawanie po nim przez czas dłuższy na ławie lub krześle, w pozycyi niewygodnéj i przy natężeniu uwagi musi pociągnąć za sobą przedewszystkiem niestrawność, a co poza tém idzie i złe odżywianie organizmu. Jeżeli dodamy jeszcze do tego oddéchanie zgęszczoném powietrzem, to można skrofuły, w tych warunkach powstałe, nazwać *skrofułami szkolnemi* (Schulskrofulose).

Wpływ przekarmienia i przeuczania jest tém zgubniejszy, im mniéj dziecko używa ruchu i bardziéj jest więzione w pokoju, a dzieje się to bardzo często, raz z powodu odrabiania zadanych lekcyj, drugi raz znowu skutkiem przesadnéj obawy: i skutkiem téj ostatniéj dzieci wypuszczane bywają jedynie na spacery wówczas, gdy jest zupełnie ładna pogoda, o którą w naszym klimacie wcale nie łatwo. Brak więc ruchu, przy jednoczesném spożywaniu wielkiéj ilości trudno strawnych pokarmów i obarczaniu pracą umysłową nad siły, jest jednym z najważniejszych momentów przyczynowych rozwoju skrofułów u starszych dzieci.

Łatwo stwierdzić, że dzieci, przebywające w niehygienicznych mieszkaniach, daleko częściéj podlegają chorobom skrofulicznym, niż te, które czas spędzają na podwórzach; podobnież częściéj zapadają dzieci, znajdujące się na pensyonatach, niż te, które zmuszone są przebywać znaczną przestrzeń, przedzielającą szkołę od mieszkania.

Mówiąc o przyczynach, wywołujących skrofuły, musimy tu jeszcze wspomnieć choć kilku wyrazami o *szczepieniu ospy ochronnéj*. Kwestya, czy za pośrednictwem przeszczepiania ospy ochronnéj z jednego dziecka na drugie może być przeniesione cierpienie skrofuliczne, od dawniejszych czasów zajmowało uczonych. Jest rzeczą wielce prawdo-

podobną, że jeżeli będziemy brali limfę ospową od dziecka, dotkniętego skrofułami, szczególniéj gdy wraz z limfą wyjmiemy trochę krwi, natenczas zaszczepiwszy ją zdrowemu dziecku, można wraz z nią zaszczepić i usposobienie do dostania analogicznéj choroby.

Jeżeli mniemanie to nie jest faktycznie stwierdzone, to nie podlega wątpliwości, że istnieją inne choroby, które wraz z zaszczepioną ospą mogą być przeniesione z chorego organizmu na zdrowy i dla tego bardzo racyonalnie postąpiono zarzucając szczepienie ospy humanizowanéj.

Dziś prawie wyłącznie szczepi się krowiankę, t. j. limfę, wprost z cieląt wyjętą.

Mamy w Warszawie już parę zakładów tego rodzaju.

Krowianka świéża nie przyczynia dziecku wiele większych cierpień, skuteczność jéj jest wyższą a prócz tego mamy pewność, że nie zaszczepimy dziecku jakiéj zaraźliwéj choroby. Jedyną ujemną stronę stanowi zbyt wygórowana cena krowianki, spodziewać się jednakże można, że zostanie zredukowaną i tém samém przystępną będzie dla wszystkich.

Już wyżéj wzmiankowaliśmy, że istnieją dwa rodzaje skrofułów; aby więc czytelnikowi uplastycznić różnicę, jaka między niemi zachodzi, przy-

toczymy klasyczny opis d-ra Constatt'a: „Skrofuły kwitnące odznaczają się skórą niezmiernie białą, rumieniącą się bardzo łatwo, przez którą przeglądają żyły podskórne barwy różowéj lub niebieskawéj, czerwonością wydatną warg i policzków, niebieskim odcieniem białkówki oka, która jest cienką i przeświecającą, co oczom nadaje wyraz wilgotny i omdlewający; mięśnie podobnych dzieci są miękkie i wiotkie, ciężar ciała mały w porównaniu ze wzrostem, co wskazuje lekkość ich kości; zęby są piękne z odcieniem niebieskawym, ale wązkie i długie a włosy miękkie i giętkie".

Tenże lekarz skrofuły odrętwiałe tak opisuje: „Głowa nadmiernéj objętości, rysy grube, nos i górna warga obrzmiałe, szczęki szerokie, brzuch wzdęty, gruczoły na szyi powiększone, mięśnie obwisłe i gąbczaste".

Nie wszystkie wypadki skrofułów dadzą się podciągnąć pod owe dwie kategorye, w każdym jednak razie bardzo często spotkać można wypadki nader do opisu tego podobne, albo przynajmniéj formy przejściowe, zbliżające się mniéj więcéj do jednych albo drugich.

Takie dzieci skrofuliczne, dotknięte zepsuciem soków organicznych, podlegają często (prócz tego, że odżywianie całego organizmu nie odbywa się u nich normalnie) rozlicznym cierpieniom miejsco-

wym, które właśnie dla tego, że powstały na gruncie skrofulicznym, wyróżniają się przebiegiem, pewnemi właściwemi objawami i zejściem od podobnych cierpień, wydarzających się mniéj często u dzieci, zkądinąd zdrowych.

Cierpienia miejscowe.

Na pierwszém miejscu postawić należy objaw, jaki powszechnie nazywają *wielkim brzuchem*. Stosunkowo do wielkości ciała brzuch przedstawia się w znacznéj objętości. Dzieci takie cierpią na rozdęcia i zaparcia stolca, kiedyindziéj znowu przeciwnie trapi je rozwolnienie, co prowadzi do wychudnienia całego organizmu, a tylko brzuch powiększa się stopniowo coraz bardziéj, tak, że dzieci w końcu trzymać się muszą pochyło, ku tyłowi, dla utrzymania równowagi, albo w zupełności pozbawione zostają możności chodzenia, gdyż wychudłe i osłabione nogi nie są w stanie udźwignąć zwiększonego brzucha. Powiększenie to dochodzi do skutku przeważnie z powodu powiększenia gruczołów, które od wielkości ziarnka prosa, dochodzą do wielkości gołębiego jaja.

Gruczoły te odgrywają niezmiernie ważną rolę w sprawie trawienia i przyswajania pokarmów

i ztąd pochodzi upadek odżywiania organizmu. Co do przyczyn, powodujących „wielki brzuch“, to najbardziej usposabiające jest przekarmienie i żywienie dzieci niewłaściwemi pokarmami: szczególniej opychanie chlebem, kartoflami i t. p.

Bardzo często spotykamy u dzieci skrofulicznych cierpienia kości, spowodowane z jednej strony złem pożywieniem, z drugiej brakiem dobrego powietrza i wilgocią mieszkań.

Skutkiem podobnych wpływów kości utracają swą naturalną twardość, stają się miękkie i giętkie. Podobnemu rozmiękczeniu, które zowią *chorobą angielską* (*rhachitis*), ulegać mogą wszystkie kości szkieletu dziecinnego, a nawet kości czaszkowe. To zmięknienie kości czaszkowych sprawia, że mózg dzieci, dotkniętych niem, rozwija się zbyt szybko i skutkiem tego widzimy u nich głowę nad wiek wielką. Jeżeli przychodzi do tak zwanej *puchliny*, natenczas kości mogą się rozchodzić, głowa staje się tak wielką, że czapka ojca na nią się zmieści, a przytem władze umysłowe rozwijają się bardzo słabo, kiedy w pierwszym razie, t. j. gdy powiększenie głowy zależne jest od szybszego rozwoju mózgu, jednocześnie i władze umysłowe bardzo bystro się rozwijają, dziecko z łatwością uczy się sztuki mówienia, a potem czytać, pisać i t. p.; trwa to jednakże

zazwyczaj tylko do pewnego wieku, poczém następuje widoczna przerwa w rozwoju umysłowym, a nawet nierzadko podobne *cudowne dzieci* w późniejszym wieku posiadają znacznie mniéj zdolności do nauki, aniżeli te, które stopniowo, nawet trudno się rozwijały. Na członkach choroba występuje w postaci opuchnięć stawów i wykrzywień, gdyż, jak już powiedzieliśmy, kości mięknieją i wskutek tego pod ciężarem ciała wykrzywiają się nogi, przybierając raz formę litery *O*, drugi raz litery *X*.

Owa choroba angielska poraża przeważnie dzieci ubogich rodziców, mieszkających w mieszkaniach wilgotnych i nie otrzymujących właściwego pożywienia Tu także na pierwszém miejscu między przyczynami, postawić należy sztuczne karmienie.

Podobnież udziałem tych dzieci są częste *zapalenia stawów*, najczęściéj stawu biodrowego, i *próchnienie kości*, czyli wrzody w kościach. Choroby te, wycieńczające organizm w najwyższym stopniu i często kończące się śmiercią, powstają właśnie skutkiem zepsucia soków organicznych.

Zapalenie stawu biodrowego, wydarzające się przeważnie u dzieci skrofulicznych, jest jedną z najstraszniejszych chorób; trwa zazwyczaj całe miesiące albo nawet i lata i kończy się śmiercią. Je-

żeli następuje wyzdrowienie, to dziecko pozostaje kaleką na całe życie.

Choroba ta w początkach objawia się głównie bólem w stawie kolanowym i dziecko w niedługim czasie zaczyna nóżką powłóczyć, następnie chodzi z coraz większą trudnością i nareszcie zmuszone jest leżeć w łóżku Ropienie przytem jest niezmiernie wielkie, kość psuje się na znacznej przestrzeni a ropa, ztąd powstała, toruje sobie drogę na zewnątrz.

Podobne zapalenia i cierpienia w kościach wydarzać się mogą we wszystkich miejscach organizmu, także bardzo często na kręgach, co sprowadza *garb.*

Skrofuły objawiają się bardzo często *wysypką* na skórze, zarówno na porosłéj włosem, t. j. na głowie, jak i na skórze, pozbawionéj téj naturalnéj ochrony.

Na głowie wytwarza się tak zwana *ciemieniucha*, na skórze rozmaitego rodzaju wysypki, mniéj lub więcéj złośliwe, trudno gojące się, a które pozostawiają blizny, widoczne na całe życie. Są one zależne od zaburzeń w gruczołach i naczyniach limfatycznych, a więc od zepsucia krążących w nich soków.

Co do owych wysypek, zwłaszcza ciemieniuchy, istnieje pewien przesąd, t. j. że nie należy ich

leczyć, a przedewszystkiem nie obmywać głowy wodą, gdyż w ten sposób można wpędzić wysypkę do wewnątrz. Otóż możemy zapewnić, że nic wpędzić nie można do wewnątrz, że podobna wysypka na głowie drażni skórę i tém samém zwiększa stan zapalny w gruczołach limfatycznych, że jedynym środkiem poprawienia zdrowia dziecka jest czyste utrzymanie, więc najsamprzód postarać się należy o usunięcie strupów, co najlepiéj uskutecznione być może przy pomocy kataplazmów z lnianego siemienia, lub napojenia ich ciepłą oliwą, a następnie codzienne obmywanie głowy wodą ciepłą z dodatkiem mydła.

Inne wysypki leczą się na ogólnych prawidłach, których tu wymieniać nie możemy. Czytelnik znajdzie je wszystkie w broszurce p. t. „Choroby skóry“ [1]).

Wypada wspomnieć jeszcze o bardzo często przytrafiającém się u dzieci skrofuliczném *zapaleniu oczu*. Bywa ono raz jedynie w postaci zaczerwienienia błony śluzowéj oczu, drugi raz znowu, prócz zaczerwienienia mamy do czynienia z wydzieliną. Przy obydwu wypadkach dzieci doznają mniejszego lub większego światłowstrętu, wzrok

[1]) „Choroby skóry“, d-ra Starkmana. Nakład Maurycego Orgelbranda. 1889.

przy czytaniu lub pisaniu szybko się męczy, tak, że wszelkie zajęcie jest wielce utrudnione.

Wydzielina najobficiej wydziela się nocą, t. j. w czasie snu, dziecko więc budzi się z zalepionemi oczami, które dopiero po przemyciu ciepłą wodą otworzyć jest w stanie.

Prócz ogólnego leczenia niezbędne tu jest i miejscowe, albowiem, jeżeli nie zapobiegniemy temu w początkach, może nastąpić osłabienie wzroku a nawet ślepota.

Bardzo często, skutkiem zatkania gęstym śluzem przewodu, odprowadzającego łzy od oczu do nosa, widzimy u dzieci skrofulicznych bezustanne łzawienie, które zwiększa się szczególniéj wówczas, gdy wyjdą na powietrze.

Leczenie skrofułów.

Rozróżnić należy leczenie ogólne i leczenie miejscowe, a przedewszystkiem zachowywanie przepisów hygienicznych, co stanowi jeden z najpotężniejszych środków leczniczych.

Co do tego ostatniego, to już powyżej wykazując przyczyny skrofułów, mówiliśmy o szkodliwościach, wpływających na zepsucie soków; tu jeszcze raz powracamy do tego przedmiotu i sądzimy, że nie będzie to bez korzyści dla czytelników.

Przedewszystkiem więc dziecko, od pierwszych chwil, powinno mieć poddostatkiem *świéżego powietrza.*

Jak powietrze dla młodocianego organizmu jest niezbędne, poucza wypadek, przytoczony przez jednego z najstarszych autorów o skrofułach, francuskiego lekarza d-ra Bordeu. „Biédne dziewczę wiejskie, pasące gęsi, cierpiało dosyć często głód

i inne niewygody, pomimo to, skutkiem bezustannego przebywania na świeżém powietrzu, wygląd dziéwczęcia był tak piękny, że przejeżdżająca podówczas hrabina zabrała ją z sobą do pałacu i otoczyła możliwemi wygodami i pieszczotami. Po pewnym czasie dziewczynka zaczęła mizernieć, blednąć, na szyi wystąpiły obrzękłe gruczoły i pomimo najtroskliwszéj opieki umarła. Nad grobem jéj płakali bracia i siostry, którzy, wychowani w zwykłych warunkach, cieszyli się kwitnącym stanem zdrowia".

Przykład ten poucza, w jaki sposób świéże powietrze utrzymuje soki w zdrowym stanie, a miejskie powietrze, pomimo innych warunków sanitarnych, stać się może powodem zepsucia soków i rozwinięcia skrofułów.

Skutkiem tego każdy powinien dbać o to, aby dzieci przynajmniéj przez dwa miesiące w roku przebywały na wsi. Dla osób zamożnych nie przedstawia to wielkich trudności, lecz co mają począć ludzie ubodzy, mieszkający w ciasnych i dusznych facyatkach? O ile nie przychodzą im w pomoc „kolonie letnie", które, niestety, dotąd u nas jeszcze bardzo mało się rozwinęły, dzieci biédne muszą lato spędzać na woniejącém podwórku!

Prócz świéżego powietrza, niezbędną jest rzeczą utrzymywać skórę w należytéj czystości, a więc

brać kąpiele: zimą w domu, lub w odpowiednio urządzonych zakładach, latem w rzéce. Prócz kąpieli dobre jest także wzmacnianie dzieci zapomocą zimnych nacierań, z dodaniem do wody soli kuchennéj, lub też robić zimne zawijania w mokre prześcieradła.

Gdy okazało się, iż dziecko jest skrofuliczne, natenczas zwykłe kąpiele już nie wystarczają, lecz należy robić kąpiele słone, a więc z dodatkiem 7 do 8 funtów soli kuchennéj i podobną kąpiel brać należy codziennie albo przynajmniéj trzy na tydzień. Daleko jednakże korzystniejszy jest wpływ, gdy można wyjechać do *solanek* albo do *morskich kąpiel.*

Jeżeli natura poskąpiła nam innych źródeł mineralnych, to bogato uposażyła nas w solankę. Mamy tu na myśli *Ciechocinek*, gdyż jest to jedno z najpotężniejszych miejsc kuracyjnych przeciwko omawianéj chorobie. Ciechocinek, skutkiem silnych źródeł słonych i kolosalnych, może największych *tężni*, działa prawdziwie zbawiennie na wszelkie cierpienia skrofuliczne.

Dziś miejscowość ta pod wszystkiemi względami konkurować może z podobnemi zakładami zagranicą, tém bardziéj, że skuteczność jéj jest większą, tak, iż nie mamy dosyć słów zachęty, aby dzieci, dotknięte skrofulami, nawet w najlżejszych

formach, wysyłano do Ciechocinka, gdzie za pomocą picia wody ze źródeł tamtejszych kąpieli słonych lub błotnych można pozbyć się choroby na całe życie.

Co do pożywienia, to powiemy tylko tyle, że powinno być świeże, niewykwintne, smacznie przyrządzone i podawane w ściśle oznaczonych godzinach, t. j. w tych samych dziś, co wczoraj i jutro. W ogólności dla dzieci zdrową jest dyeta mieszana, t. j. i mięsna i roślinna, jednakże porażone t. zw. formą kwitnącą, powinny być żywione przeważnie pokarmami roślinnemi, dotknięte zaś odrętwiałemi skrofułami głównie otrzymywać powinny mięsne potrawy, mléko, jaja a mało mącznych. Dzieci bardzo często jedzą nad swój wiek za wiele, takim więc należy ilość pokarmów ograniczać, gdyż bardzo łatwo ulegają przekarmieniu. Pomiędzy posiłkami bezwarunkowo nie należy zezwalać na jedzenie ciastek i cukierków Nie jesteśmy tego zdania, aby dziecko nie miało od czasu do czasu otrzymać łakotkę, lecz powinno to mieć miejsce po jedzeniu, a więc po śniadaniu lub po obiedzie. Tu jeszcze raz przypominamy, że dziecko w piérwszych miesiącach powinno być karmione wyłącznie mlékiem, a do pokarmów mięsnych można je przyzwyczajać dopiéro wówczas, gdy się kły wyrzną; będzie to więc najlepszą wskazówką, gdyż zęby te przezna-

czone są do żucia mięsa. Tu także przytoczyć musimy zdanie prof. Chałubińskiego: „Człowiek ma 4 zęby do żucia mięsa a 28 do pokarmów roślinnych i według tego powinien się żywić“.

Co do ogólnego leczenia skrofułów, to prócz wyżéj wymienionych warunków hygienicznych, potężny wpływ wywierają *tran*, *jod* i *żelazo*. Środki te jednakże brać można jedynie z przepisu lekarza.

Co do *tranu*, tyle wstrętnego dla dzieci, a wywierającego tak korzystny wpływ na przebieg chorób charakteru skrofulicznego, to jest kilka sposobów podawania go. Jeden z najlepszych: łyżka tranu z dwiema łyżkami piwa bawarskiego i pogryść chlebem z solą, a najwłaściwiéj brać go po jedzeniu; jeżeli wywołuje mdłości, należy podawać go wieczorem, przed udaniem się na spoczynek, wówczas dziecko zasypia i trawi doskonale. Również dobrym sposobem jest zarabianie jednéj części tranu z dwoma lub trzema częściami cukru w postaci gruboziarnistego proszku; w ten sposób tworzy się ciasto, które dzieci chętnie zajadają.

Żelazo, wpływające na wzbogacenie krwi w czerwone krążki, podaje się dzieciom najczęściéj w syropie, jeżeli mamy wskazania do *jodu*, to najlepiéj dodawać do tranu kroplę tynktury jodowéj.

Co do miejscowego leczenia cierpień, jakie powyżéj wymieniliśmy, to wyznać przychodzi, że

dopóki ogólny stan nie zostanie poprawiony hygienicznemi warunkami i środkami wyżéj przytoczonemi — to takowe na nic się nie przyda. Z tego punktu widzenia należy zawsze leczenie miejscowe łączyć z leczeniem ogólném.

Staraliśmy się w pracy niniejszéj o ile możności treściwie i zrozumiale przedstawić obraz cierpień skrofulicznych, które rozszérzają się między dziećmi coraz bardziéj i są jednym z najczęstszych powodów, że pokolenie dzisiejsze szwankuje na zdrowiu daleko więcéj, aniżeli poprzednie.

Kto przeczytał broszurę tę z uwagą, ten z pewnością wyciągnie sobie wniosek właściwy, t. j. że najważniejszą ochroną przed skrofułami jest hygieniczne wychowanie dzieci i hartowanie ich od najpierwszych chwil życia do znoszenia obowiązków i trudów, jakie życie kładzie na barki każdéj jednostki.

Jest to święty obowiązek wszystkich rodziców, a zasada: „niech mu przynajmniéj będzie dobrze u nas w domu, bo później w dalszym życiu się nacierpi", nie zasługuje na uznanie.